

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBARAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian.....	9
C. Rumusan Masalah.....	10
D. Tujuan Penelitian	10
E. Kegunaan Penelitian	11
1. Secara Teoritis	11
2. Secara Praktis	11
F. Ruang Lingkup Penelitian	12
G. Penegasan Variabel.....	12
1. Penegasan Konseptual	12
2. Penegasan Operasional	14
H. Sistematika Penulisan	14

BAB II LANDASAN TEORI.....	17
A. <i>Burnout</i> Akademik	17
1. Pengertian <i>Burnout</i> Akademik.....	17
2. Aspek <i>Burnout</i> Akademik	20
3. Faktor-faktor <i>Burnout</i> Akademik	21
4. Dampak <i>Burnout</i> Akademik	23
B. Konseling <i>REBT</i>	24
1. Pengertian Konseling Kelompok	24
2. Pengertian Konseling <i>REBT</i>	25
3. Prosedur Konseling <i>REBT</i>	27
C. Teknik <i>Self-management</i>	30
1. Teknik <i>Self-management</i>	30
2. Tahap-tahap Teknik <i>Self-management</i>	32
3. Teknik <i>Self-management</i> dalam mengatasi <i>Burnout</i> Akademik	34
D. Penelitian Terdahulu	35
E. Kerangka Berfikir	41
F. Hipotesis Penelitian	42
BAB III METODE PENELITIAN.....	43
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	43
B. Lokasi Penelitian	45
C. Variabel dan Pengukuran.....	45
1. Variabel	45
2. Pengukuran.....	46
D. Populasi, Sampling, dan Sampel Penelitian	46
1. Populasi	46
2. Sampel dan Teknik Sampling	47
E. Instrumen Penelitian	49
1. Kuesioner	49
2. Buku Pedoman Eksperimen.....	51
3. Uji Kelayakan.....	58
4. Proses Pengembangan Instrumen	60

F. Teknik Pengumpulan Data.....	60
1. Kuesioner	61
G. Alat Ukur Data	62
1. Uji Validitas	62
2. Uji Reliabilitas.....	63
H. Uji Analisis Data	64
1. Analisis Deskriptif.....	64
2. Uji Normalitas	65
3. Uji Hipotesis.....	66
BAB IV HASIL PENELITIAN	69
A. Deskriptif Data	69
B. Hasil Pengujian Hipotesis.....	72
1. Uji Hipotesis.....	72
2. Uji N-Gain.....	74
BAB V PEMBAHASAN.....	77
A. Tingkat Burnout Akademik Siswa SMA	77
B. Efektivitas Konseling REBT Teknik Self-management Untuk Menurunkan Burnout Akademik Siswa	79
BAB VI PENUTUP	83
A. Kesimpulan.....	83
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN.....	90
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	184